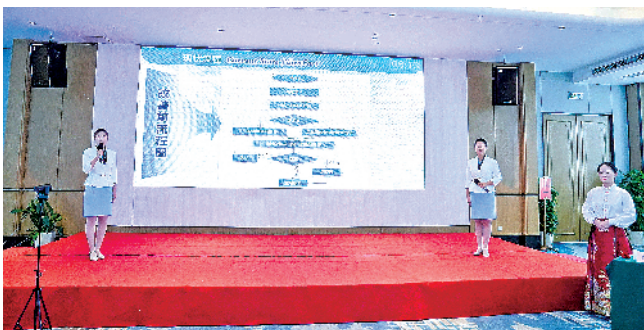


创新“全周期护理”破解女性“难言之隐”

徐州市妇幼保健院护理团队获亚洲医疗质量改进案例一等奖

本报记者 刘泓雨 通讯员 刘燕敏

9月12日至13日，由浙江大学管理学院与浙江大学公共卫生学院联合主办的“第十届亚洲质量功能展开与创新研讨会暨质量改进与创新案例大赛”在杭州收官。徐州市妇幼保健院护理团队携《降低腹腔镜下子宫切除术后隐匿性尿失禁发生率》项目参赛，从上千个优秀案例中突围，最终获得“亚洲医疗质量改进案例一等奖”，标志着徐州在女性盆底健康领域的护理实践已跻身亚洲领先行列。



比赛现场。

以“全周期、精细化” 体系破解“难言之隐”

“许多女性在经历腹腔镜子宫切除术后，会遭遇一个隐秘的困扰——漏尿（医学上称为隐匿性尿失禁）。它像一道无形的屏障，不仅影响女性正常生活，更会冲击她们的自信与尊严，我们的目标就是帮姐妹们解决这个‘难言之隐’。”市妇幼保健院妇科护士长凌敏在谈及项目初衷时说道。

为切实解决这一问题，团队打破学科壁垒，构建了以护理为核心、多学科深度协作的“全周期、精细化”护理康复体系，将守护贯穿患者术前、术中、术后全流程。

在多学科协作层面，团队整合了妇科、麻醉、临床营养、中医、康复五大领域专家力量，术中重点关注盆底神经肌肉的保护，术后则从疼痛管理、营养支持到功能康复形成完整“闭环”，避免单一学科服务的局限性。

在智慧康复工具设计上，团队绘制了“盆底康复旅程地图”，把术后1个月的康复全程，按身体恢复规律拆解为多个紧密衔接的阶段，每个阶段配套了由盆底康复师、运动康复师与专科护士共同研发的专属视频二维码，只需扫码就能观看专业演示并跟随练习，彻底解决了“不知道怎么练”“担心练错”的顾虑，让康复路径更清晰，操作更安全。

对患者而言，这份地图的价值远不止是一份训练清单，它更像贴心的“康复导航”，将漫长模糊的恢复期转变为一阶段目标清晰的“闯关旅程”。而护理团队则化身为这段旅程中坚实的后盾，通过专业的身体康复指导与温暖的心理疏导，全程守护，确保患者不仅“走得对”，更能“走得稳”。

在营养支持方面，临床营养师会依据患者的恢复阶段精准定制食谱，重点补充有益于盆底肌神经肌肉功能恢复的微量元素；针对合并血糖异常的患者，则另行制定控糖膳食方案。同时，团队巧妙融合传统中医智慧与现代审美，创新推出外观雅致的“珍珠款”耳穴贴，在确保疗效的同时，也更贴合当代女性的审美需求。

“本项目的核心贡献，在于对‘以患者为中心’的理念进行了一次重塑。它成功地将妇女保健服务的价值锚点，从单一的‘治愈疾病’，转向了对女性长期生活品质、身心活力与人格尊严的全面守护。”凌敏说。



参赛团队合影。

从“临床实践”到“亚洲舞台”的细节打磨

作为首次冲击亚洲级赛事的团队，从备赛到参赛的每一步，都凝聚着团队的“较真”。

“我们不仅要把项目‘说清楚’，更要让评委看到它的临床价值和可推广性。”凌敏介绍，团队由她带队、十七区护士长李荔牵头，耗时数日对参赛内容进行“精雕细琢”。

那段时期，团队成员几乎每天都沉浸在“细节打磨”中。全英文开场陈述经过数十次修改，力求专业与流畅并重；汇报PPT历经3个版本的重构，最终确立以“问题—方案—成效”为主线，并配以

患者康复前后的对比数据，直观呈现项目效果；现场演示环节，特意模拟患者跟练康复操的真实场景，使抽象的方案变得可感可知；甚至连汇报时的仪态表情、着装搭配等细节，都逐一优化。

“站在赛场时，看到周围都是顶尖的团队，我们也很紧张，但一想到这套方案已经在临床帮助了上百位患者，就有了底气。”凌敏回忆道。比赛中，团队成员配合默契，用生动的案例、扎实的数据，展现了项目如何将“降低尿失禁发生率”从目标变为现实，最终赢得评委的认可。

数据见证实效，重拾康复底气

体系的成效，既体现在客观数据上，更藏在患者的真实反馈里。

项目实施以来，患者尿垫实验漏尿量明显下降，隐匿性尿失禁发生率显著降低，盆底功能显著提升。超过95%的患者表示“知道怎么练”“愿意主动练”，不再对盆底问题感到“羞耻”。

55岁的退休教师王阿姨是这套康复体系的真实见证者。术后，因对“漏尿”的担忧让她不愿社交，甚至对康复也失去信心，觉得“年纪大了，练了也白练”。

面对她的抗拒，个案管理师并未急于安排训练，而是通过“动机性访谈”，耐心倾听她的心事，并巧妙地将康复目标与她“想去旅游、跳广场舞”的生活愿望相连。团队为她量身定制了融合八段锦的温和康复操，并推荐了令她爱不释手的“珍珠款”耳穴贴。她欣慰地说：“这个好看，贴在耳朵

上不显眼，一点也不丢人。”

真正的转变，发生在她参加了一场线上“明星患者分享会”之后。听到与自己情况相仿的病友，如今已能轻松地带孙子、自如地外出，王阿姨的眼中重新闪烁起希望的光芒。自那以后，她每天都认真完成“盆底康复旅程地图”上的小任务，在钉钉平台积极打卡，康复进展一日快过一日。

更令人动容的是，康复后的王阿姨主动加入病友群，成为一名温暖的志愿者。她用朴实的语言分享自己的经验：“护士教我的，我再把它变成大白话讲一遍，大家就更容易懂了。”

“从自我怀疑到助己助人，王阿姨的转变生动地诠释了‘这套体系所修复的，不仅是身体的机能，更是一个人的尊严、信心与重建美好生活的勇气’。”凌敏感慨地说。

以专业践行公益，让优质医疗普惠于民

如今，这套盆底康复体系的价值已超越医院范畴，正服务于更广泛的社会需求，该体系已成为江苏省“妇康慈善救助”项目的技术支撑，真正实现了优质医疗资源从“院内服务”到“社会普惠”的延伸。

谈及未来规划，凌敏表示：“这份荣誉，于我们

而言不是终点，而是一个崭新的起点。我们会继续优化这套体系，比如引入智能随访与数据分析功能，让康复跟踪更精准；同时，也会把经验分享给更多同行，推动女性盆底健康领域的发展，让更多女性重获健康从容的生活。”

图片由受访医院提供